10. 褥瘡の予防

こんなときに褥瘡 ができる.

- 発熱.
- ADL低下.
- 低栄養.
- 嚥下性肺炎.
- 経管栄養.
- 下痢.
- 尾骨・仙骨座り.
- 関節拘縮.
- 「皮膚の擦れ，発赤，変色」を見つけたら，褥瘡の予防をはじめましょう.

臀部のずり下がりが褥瘡の原因

「圧迫＋ずり応力」が褥瘡をつくります.

褥瘡の予防

a. 体圧分散
b. 30度ルール/90度ルール
c. 摩擦を減らすケア
d. 適切な栄養

① 体圧分散

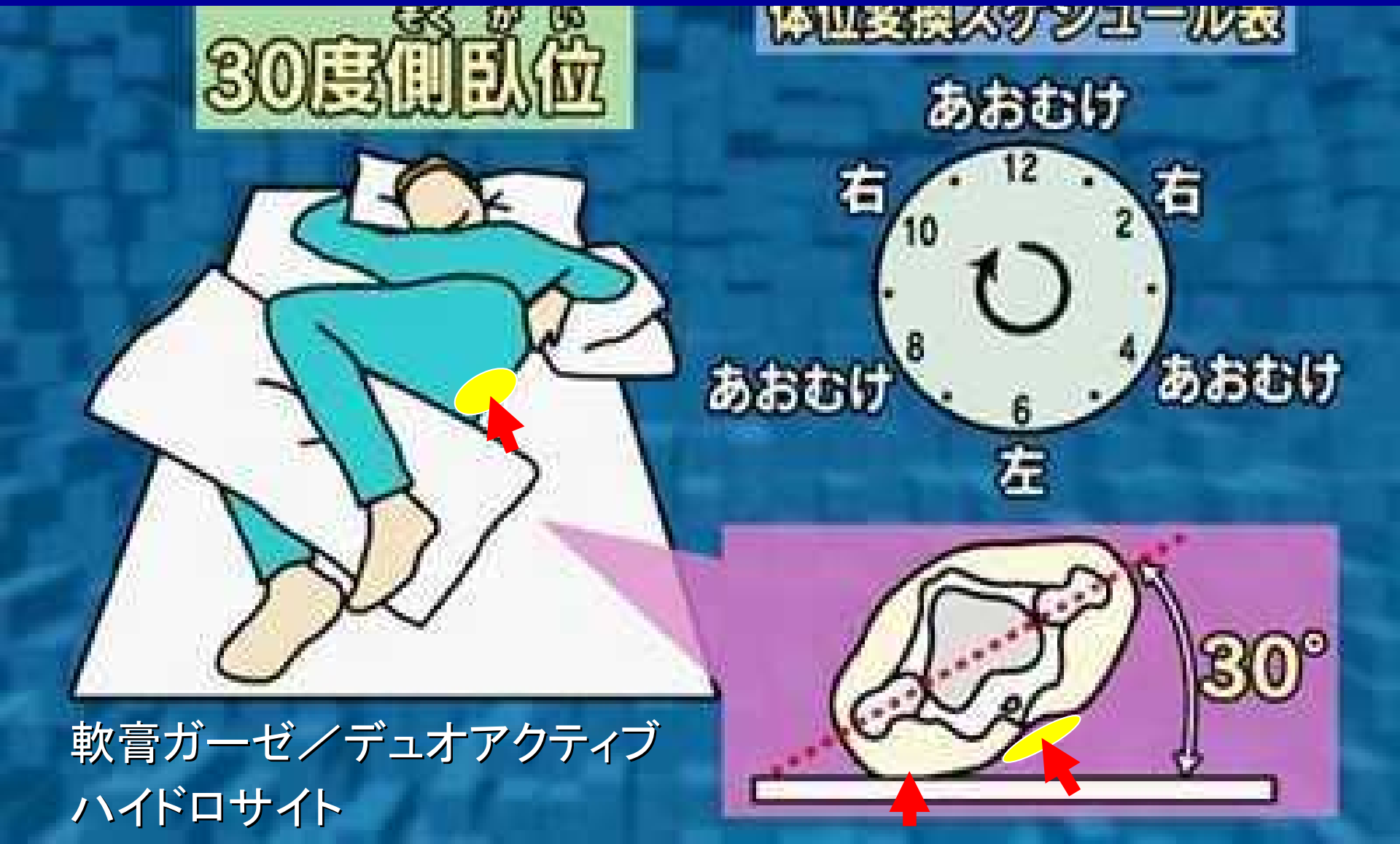
高機能エアマット／低反発マットレスを使う.

アドバン
（モルテン）

体圧分散⇔体圧集中

- これだけやれば,
- 褥創予防のための体位変換は
- いらない.

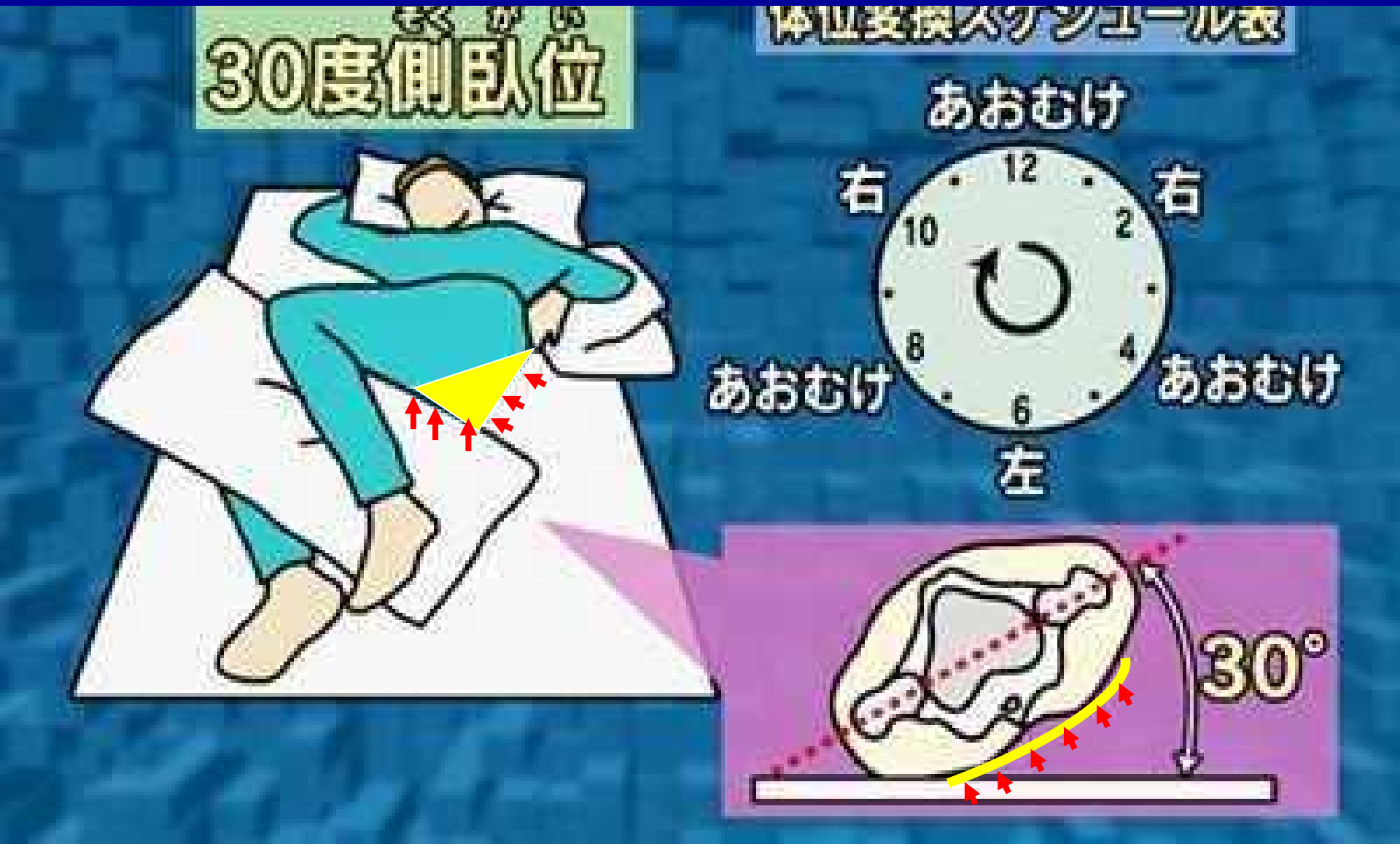
厚い小さなドレッシングで処置すると
体圧集中！



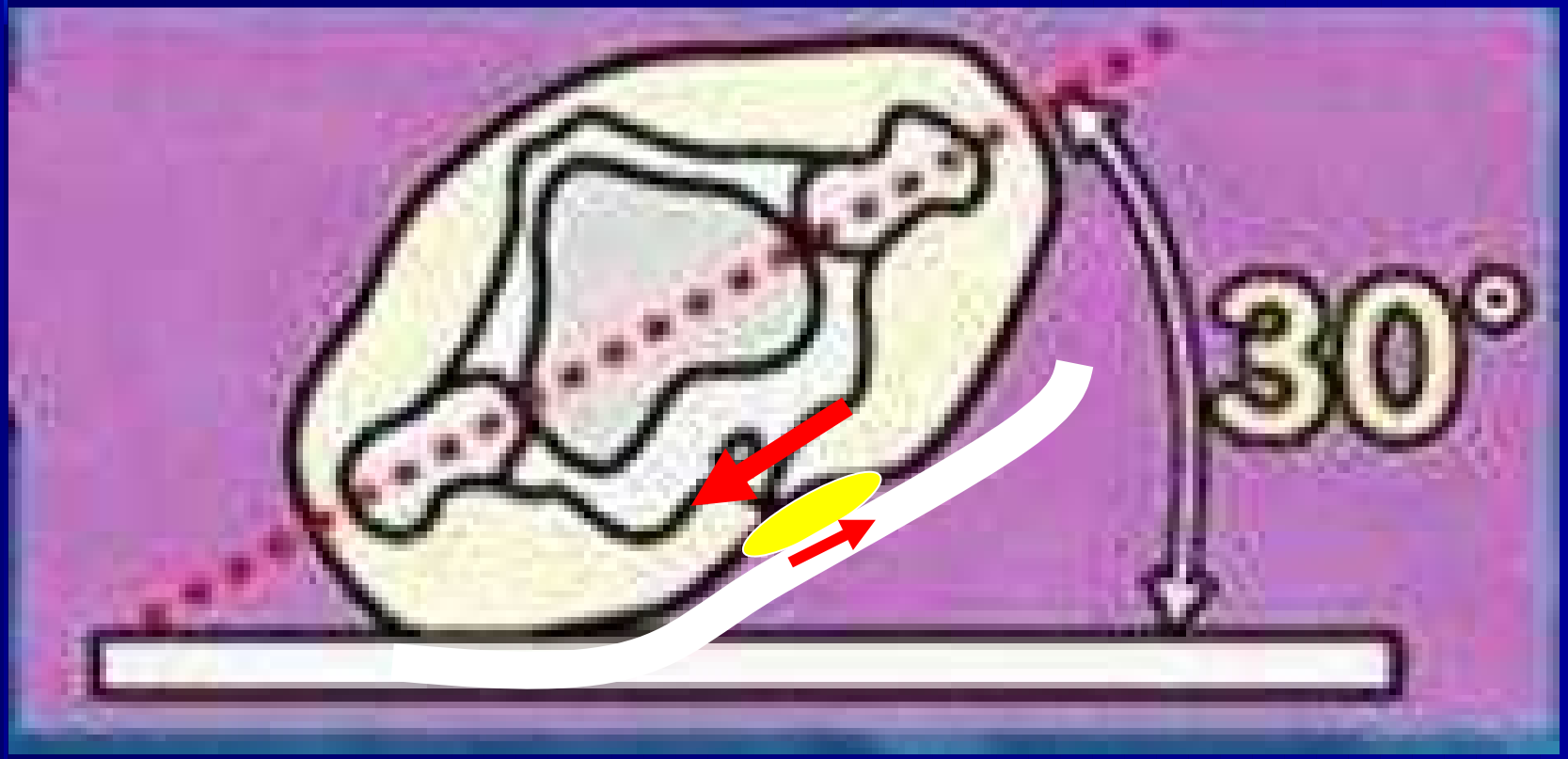
軟膏ガーゼ／デュオアクティブ
ハイドロサイト

薄い大きなドレッシングを使う ラップ療法 なら

体圧分散！



自動体位変換機能付マットレスは，皮膚をずらしてポケットを作ります．



② 30度ルール/90度ルール

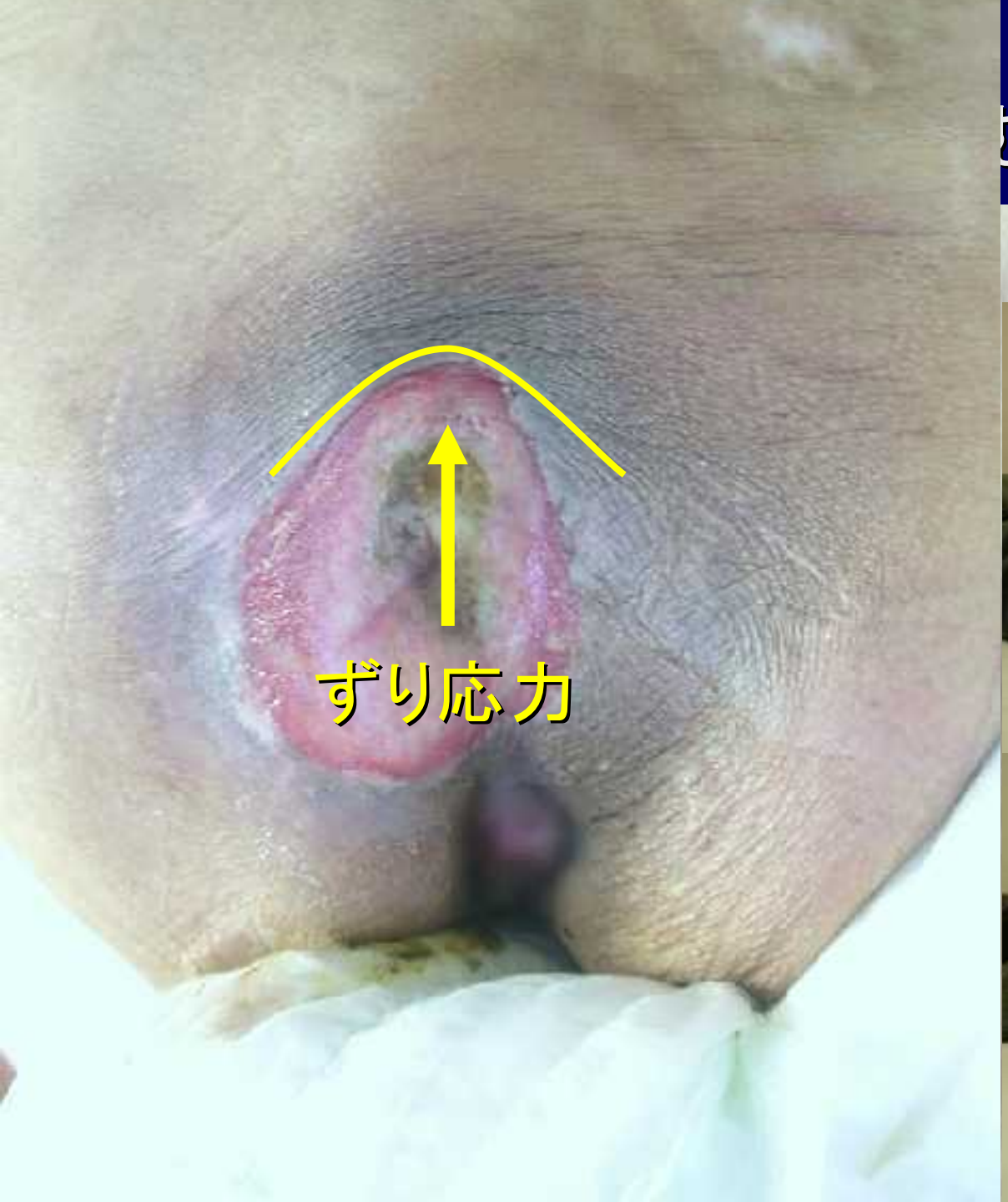
- 尾骨座り（30度～60度の背上げ）
- 下痢

>>濡れた紙おむつが尾骨部を摩擦

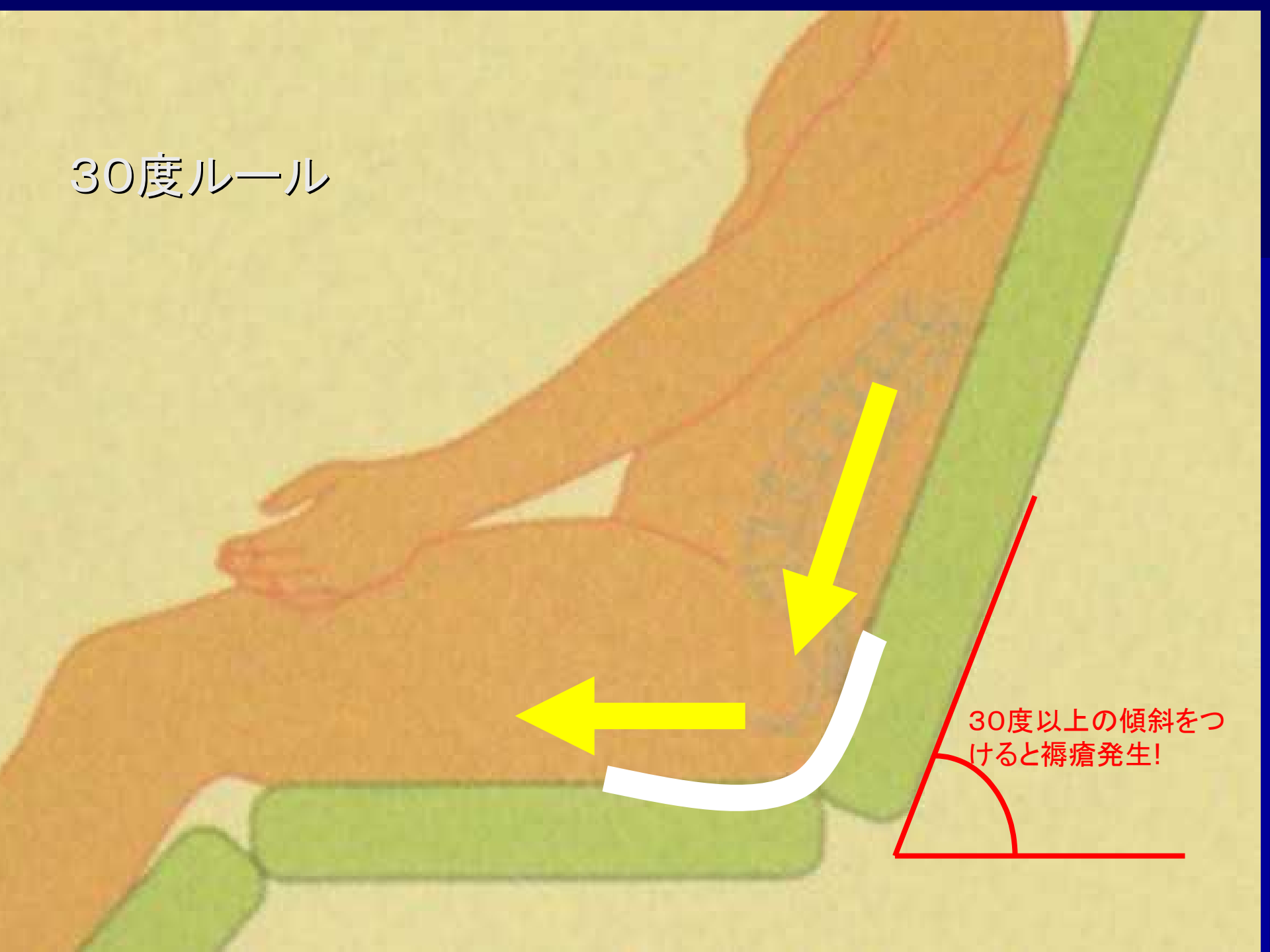
>>褥瘡発生！

「おむつは最良のドレッシング
おむつを当てれば床ずれが治る
ラップは有害無益！」
と言っている創傷の専門家は，
おむつが褥瘡の原因である事を
知らないらしい…

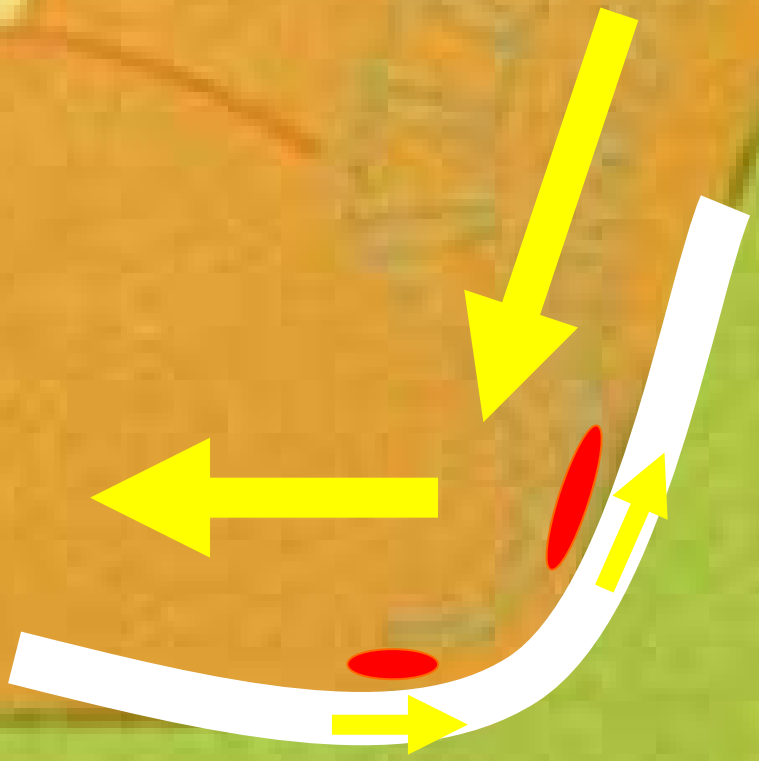
むつだった！



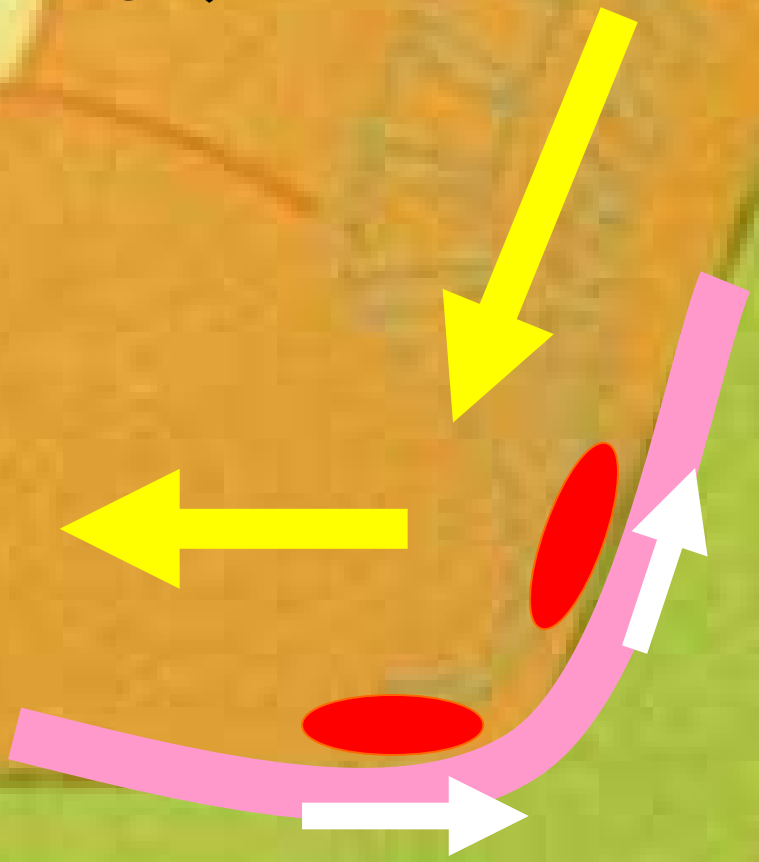
30度ルール



乾燥した紙おむつは
摩擦力が比較的小さいので,
ずり応力は比較的小さい.

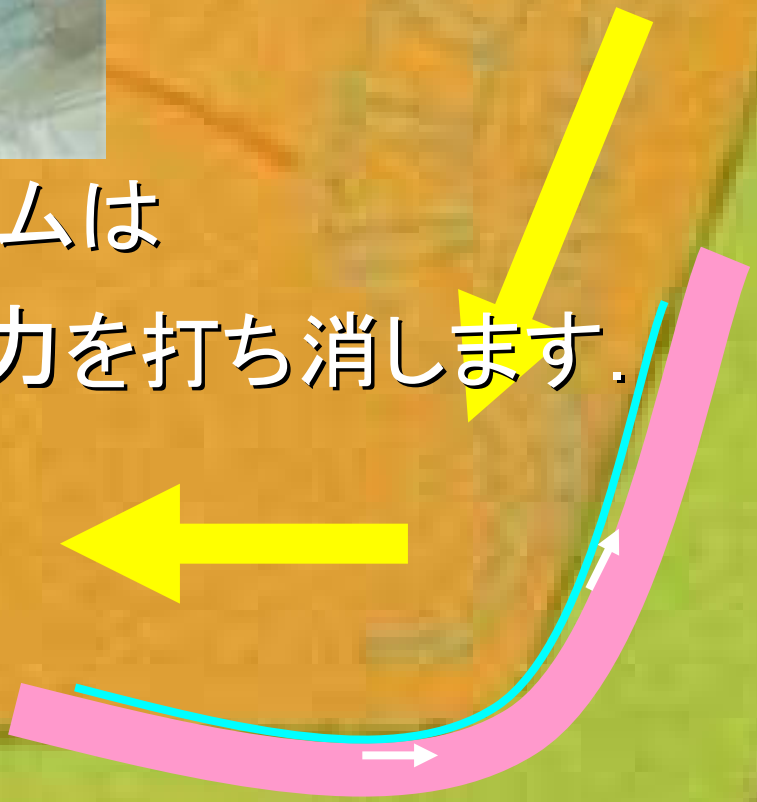


濡れた紙おむつは
摩擦力のため，大きな
ずり応力を起こします．



プラスチックフィルムは

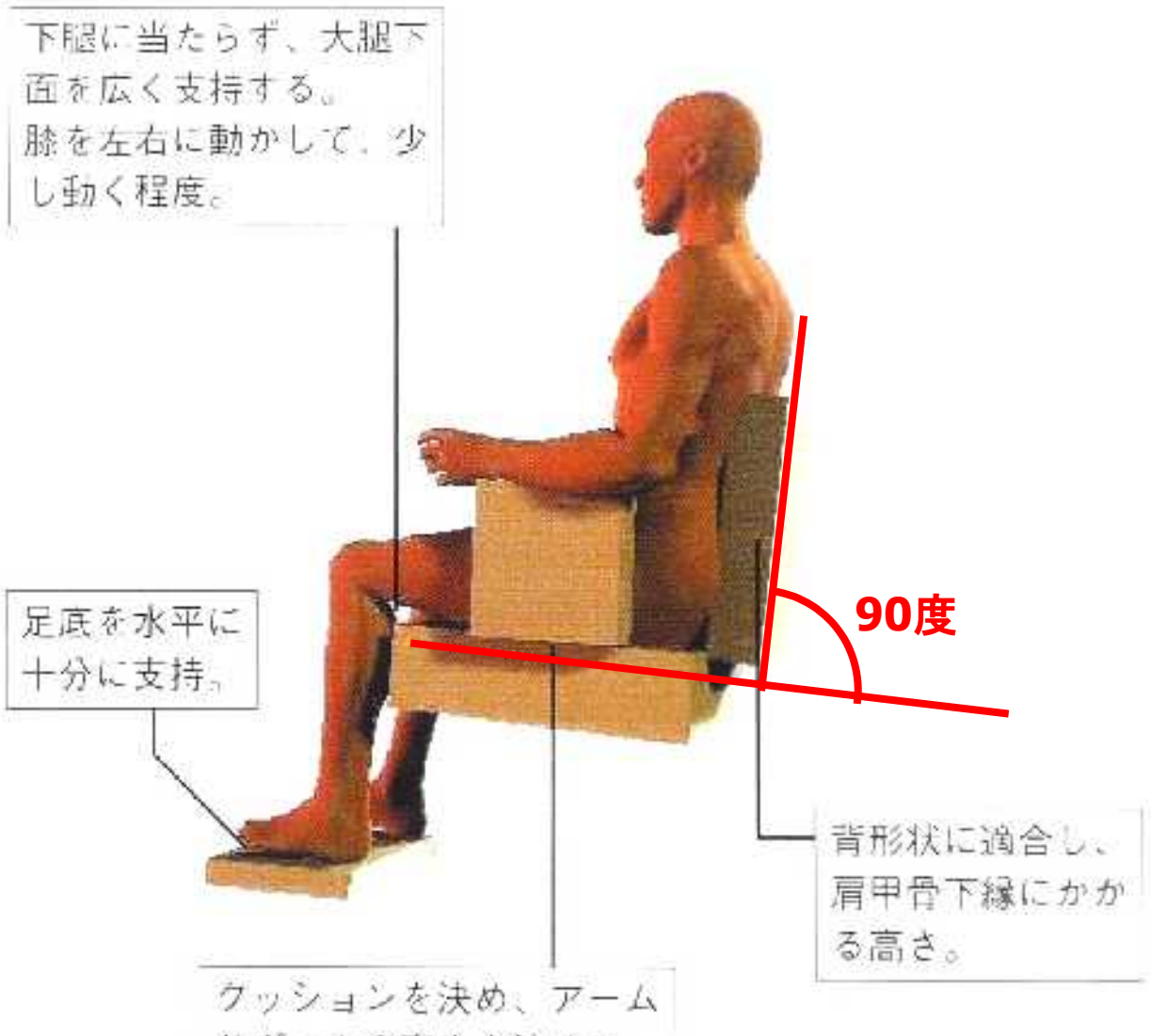
摩擦力とずり応力を打ち消します.



② 90度ルール

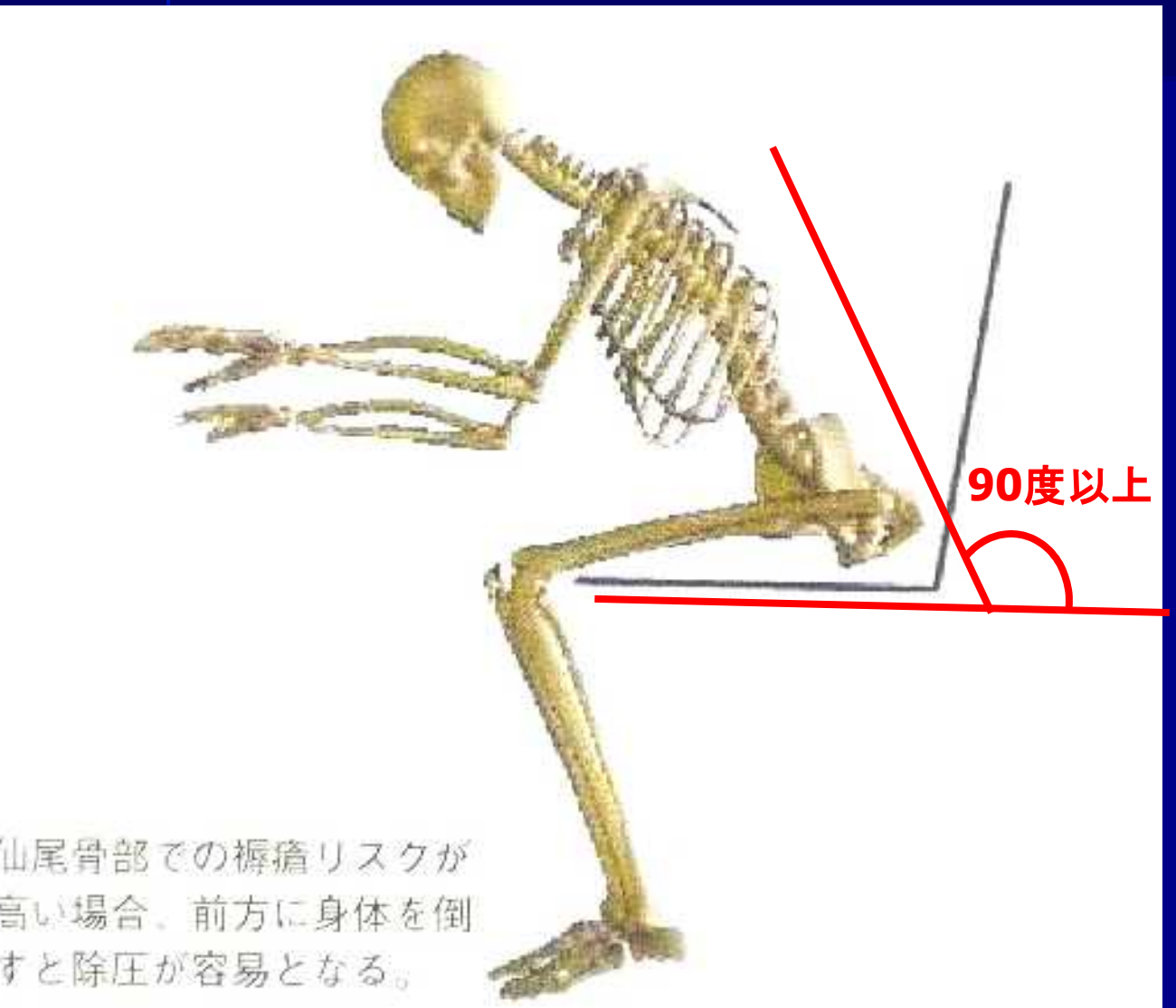
臀部が前にずれていくと，尾骨座りになる.

② 90度ルール
車椅子上坐位姿勢　基本坐位姿勢と支持面



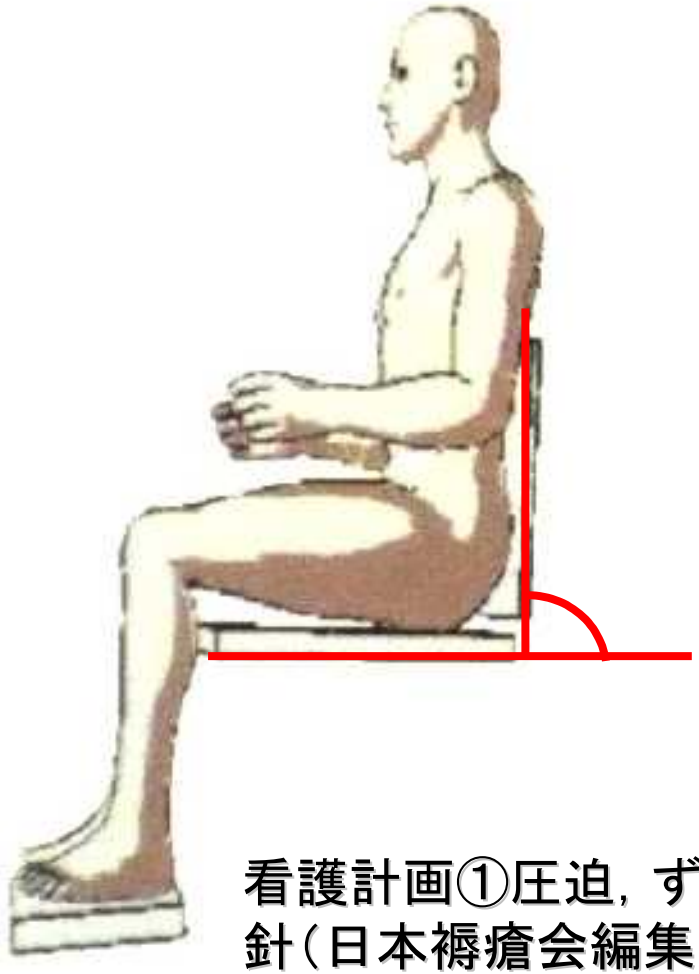
看護計画①圧迫，ずれ力の排除（イス上）．褥瘡対策の指針（日本褥瘡会編集）：31-33，照林社，東京2002.

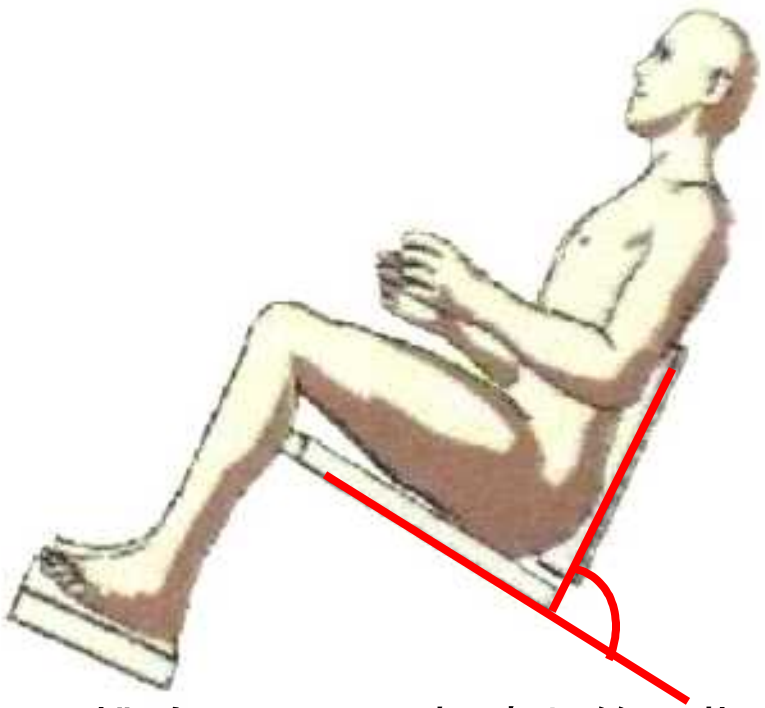
車椅子上坐位姿勢　基本坐位姿勢と支持面



看護計画①圧迫，ずれ力の排除（イス上）．褥瘡対策の指針（日本褥瘡会編集）：31-33，照林社，東京2002.

② 90度ルール
車椅子上坐位姿勢　基本坐位姿勢と支持面





看護計画①圧迫，ずれ力の排除（イス上）．褥瘡対策の指針（日本褥瘡会編集）：31-33，照林社，東京2002.

③　下腿，踵の体圧分散

- 下腿・踵の褥瘡は，膝関節拘縮が原因.
- 膝関節の曲がり方にあわせた体圧分散をします.
- ナイロンストッキングを履きます.

下腿，踵のずり応力を打ち消すケア

- 下腿・踵の褥瘡は，膝関節拘縮が原因.
- 膝関節の曲がり方にあわせた体圧分散をします.
- ナイロンストッキングを履きます.
- ずり応力を打ち消すためです.

膝関節が拘縮していると、
カエル脚になります.

クッション＋バスタオルで体圧分散.

体位変換用の三角柱枕を活用します.

バスタオルを重ねる体圧分散.

拘縮が軽度の場合は1枚で十分です.

手を入れて除圧を確認します.

悪い見本.

- 膝や下腿に枕を入れると,
  アキレス腱，ふくらはぎ，腓骨部褥そうの
  原因になります.

下肢の体圧分散.
よく見られる光景ですが.

圧迫のため，褥瘡ができかかっています．
>>体圧集中！

不適切な体位変換や除圧は有害.

タオルが下腿を圧迫しています.

円座，リングは使ってはいけません．

- 褥瘡をつくります．

③　摩擦を減らすケア

- ワセリンで褥瘡予防.
  - 保湿
  - 撥水
  - 摩擦の減少
  - 真菌症の治療（白癬，カンジダ）
  - 抗真菌薬（メンタックスクリーム®　ラミシールクリーム®）

ワセリンをたっぷり塗ります.
細かい皺をワセリンで埋めていきます.
自動車のワックス掛けの要領です.

よく拭き取ってムラをなくします.

※強く擦ると表皮剥離を起こすことがあります.

おむつかぶれ？は真菌症（白癬，カンジダ）です．
抗真菌薬を薄く塗ります．

軽く拭き取ります.

尿取りパッド・紙おむつにもワセリンを塗ります．ギャザーにも塗ります．

臀部全体を水洗いします.

ワセリンをたっぷり塗って,ふき取ります.

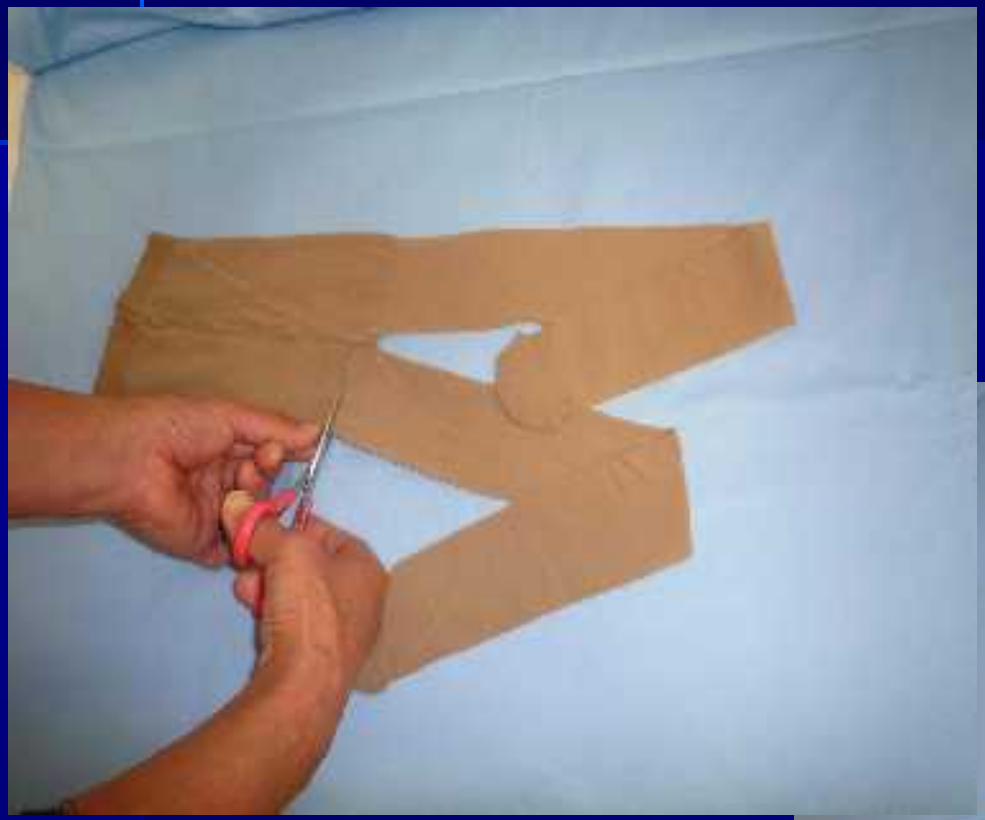
これもラップ療法.

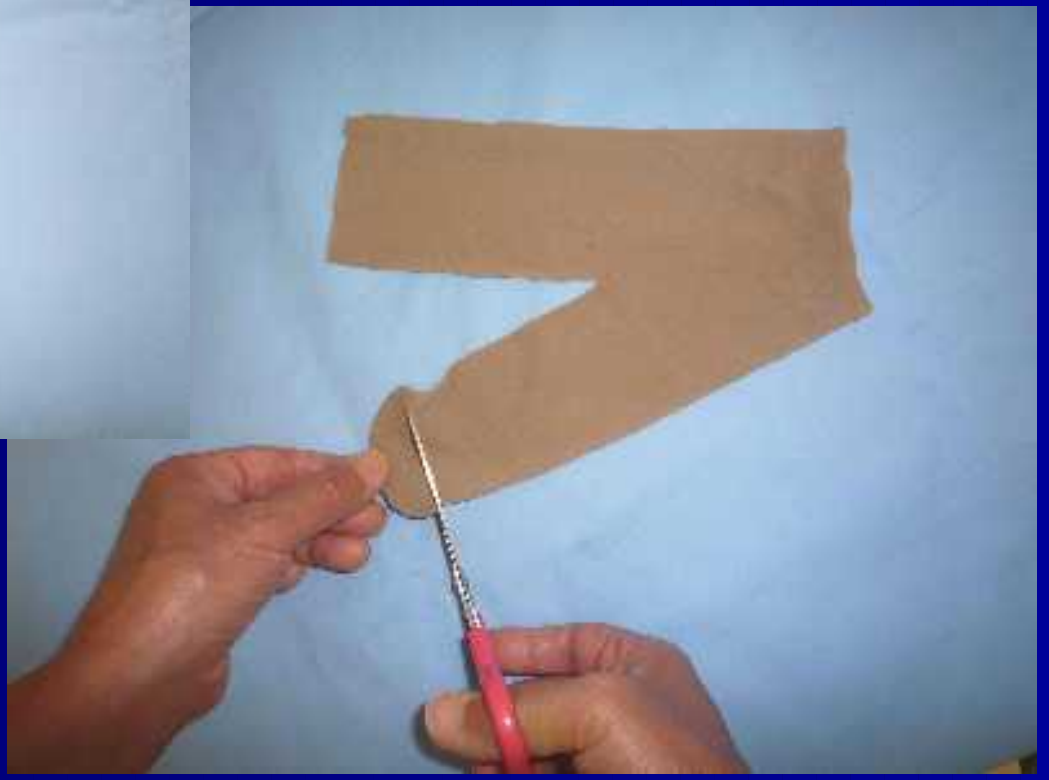
浸出液が多くてびしょびしょになるときは,
ワセリンを塗ったオムツを直接当てる.
オムツかぶれ,真菌症で臀部びらんがある場合は,オムツ側に抗真菌剤(メンタックスクリームなど)を塗ります.

③　摩擦を減らすケア

- ナイロンストッキングによる褥瘡予防
  - 摩擦の減少

足の部分を長く切って使用.





脆弱な皮膚 frail skin.
表皮剥離の予防にストッキング着用.

抑制帯を使うときは，
ストッキングを履かせる.

足白癬症も治療しましょう.

角質増殖型（角化型）白癬症
ワセリン塗布＞メンタックスクリーム®塗布

爪白癬症

ワセリン塗布＞抗真菌クリームを爪の根元に塗って，足全体に伸ばします．

爪は6ヶ月で生え変わります．

11. 足病変は要注意

- 褥瘡？
  閉塞性動脈硬化症ASO？

1ヶ月後

骨髄炎＋閉塞性動脈硬化症ASOは保存的には

治りません.

糖尿病性腎症（透析）患者に発症.

本当は怖い「弾性ストッキング」？

- **取扱説明書の記載を確認しましょう.**
- ストッキングを毎日脱がせて皮膚を観察.
- 注意／禁忌
  - 糖尿病.
  - 腎不全.
  - 動脈硬化症.

動脈拍動の触診や
パルスオキシメータ･ドプラ血流計で評価します.